

**PENGARUH PRENATAL YOGA TERHADAP LOW BACK
PAIN PADA WANITA HAMIL DI NADYA PRENATAL
YOGA MALANG**

SKRIPSI



**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi**

OLEH

ROZAMALA MA'ARIJ

NIM : 201610490311099

**PROGRAM STUDI FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2020**



**PENGARUH PRENATAL YOGA TERHADAP *LOW BACK PAIN* PADA WANITA HAMIL DI NADYA PRENATAL
YOGA MALANG**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Mmperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi**

Oleh

ROZAMALA MA'ARIJ

201610490311099

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH PRENATAL YOGA TERHADAP *LOW BACK PAIN* PADA WANITA HAMIL DI NADYA PRENATAL YOGA MALANG

SKRIPSI

Disusun Oleh :


ROZAMALA MA'ARIJ

201610490311099

Skripsi Telah Disetujui dan Dipertahankan di Hadapan Tim Penguji
pada 29 Juli 2020

Pembimbing I

Pembimbing II


Atika Yulianti, SST, Ft, M.fis
NIDN. 0729078801


Anita Faradilla Rahim, S.Eis, M.Kes
NIDN. 0718029301

Mengetahui.

Ketua Program Studi Fisioterapi
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang



Atika Yulianti, SST, Ft, M.fis

NIP.UMM 11414100531

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH PRENATAL YOGA TERHADAP *LOW BACK PAIN* PADA WANITA HAMIL DI NADYA PRENATAL YOGA MALANG

SKRIPSI

Disusun Oleh :
ROZAMALA MA'ARIJ
201610490311099

Dosen Penguji Ujian Akhir Skripsi Pada Program S1 Fisioterapi

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Malang

Malang, 29 Juli 2020

Penguji I



Kurnia Putri Utami, S.Ft, Physio. M.Biomed
NIDN. 0701109202

Penguji II



Nungki Marlian Y, SST. Ft., M.Kes
NIDN. 0706078706

Penguji III



Atika Yulianti, SST.Ft., M.Fis
NIDN. 0729078801

Penguji IV



Anita Faradilla Rahim, S.Fis, M.Kes
NIDN. 0718029301

Mengetahui
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang



Faqih Ruhyanuddin, M.Kep. Sp.Kep.MB
NIP.UMM 11414100531

SURAT KEASLIAN PENELITIAN

Saya bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rozamala Ma'arij

NIM : 201610490311099

Program Studi : S1 Fisioterapi

Judul : Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap *Low Back Pain* Pada Wanita Hamil Di Nadya Prenatal Yoga Malang

Dengan ini menyatakan bahwa telah menyelesaikan Tugas Akhir Mahasiswa program S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang dalam bentuk penulisan skripsi. Penulisan ini benar adanya hasil karya sendiri tanpa pengambilan tulisan atau pemikiran orang lain

Apabila dikemudian hari penelitian ini dianggap telah melakukan plagiasi karya tulis, maka saya bersedia menerima konsekuensi atas perbuatan tersebut.

Demikian surat pernyataan ini dibuat, atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih

Malang, 27 Juni 2020

Yang membuat pernyataan,


Rozamala Ma'arij

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang senantiasa melimpahi Rahmat Hidayah dan Barakah kepada penulis, karena hanya dengan izin-Nya penulis mendapatkan kesempatan untuk melakukan penelitian yang berjudul “ Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Low Back Pain pada Wanita Hamil di Nadya Prenatal Yoga Malang” . Sholawat serta salam semoga senantia tercurahkan kepada imam para muslimin Nabi Muhammad SAW.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan tugas akhir pada Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang. Melalui penyusunan skripsi ini, penulis berharrap dapat belajar lebih mendalam mengenai aplikasi ilmu yang di dapat selama pembelajaran diperkuliahan.

Banyak sekali bantuan, motivasi, do'a, serta kerja sama dari berbagai pihak yang telah penulis terima selama penulisan karya ini. Sehingga penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Fauzan M.Pd, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Malang periode 2020– 2025.
2. Bapak Faqih Ruhyanudin, M.Kep.,S.Kep., Kep,MB., Selaku Dekan Fakults Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang
3. Ibu Atika Yulianti, SST.Ft., M. Fis., selaku Kepala Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu KesehatanUniversitas Muhammadiyah Malang, dan sebagai

dosen pembimbing I yang telah memberikan semangat dan dukungan untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu, serta saran dan kritik dalam penyusunan skripsi.

4. Ibu Anita Faradilla Rahim, S.Fis., M.Kes., selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan arahan serta saran kritik dan dukungan dalam penyusunan skripsi.
5. Ibu Nungki Marlian Yuliadarwati SST,Ft., selaku dosen penguji I yang telah memberikan arahan serta saran dan kritik dalam penyusunan skripsi.
6. Ibu Kurnia Putri Utami, S.FT., Physio, M, Biomed., selaku dosen penguji II yang telah memberikan arahan dan juga dukungan dalam penyusunan skripsi ini
7. Para dosen prodi fisioterapi Universitas Muhammadiyah Malang yang telah memberikan ilmu dan pengalaman yang sangat berkesan
8. Para staf tata usaha prodi fisioterpi Universitas Negeri Malang yang telah meringankan dan membantu segala urusan surat menyurat dalam penyelesaian skripsi
9. Mbak Yuaninda Amd yang telah bersedia menerima proses peneltian dan membantu kelancaran penelitian ini guna menyusun skripsi
10. Para responden kami yaitu kelompok tani yang menerima arahan peneliti dengan senang hati sehingga sangat membantu kelancaran penelitian peneliti.
11. Orang tua saya (ibu Ambar Wati dan bapak Tamzun) serta kakak saya Rena, Ria dan adik saya Fahmi tersayang yang selalu mendoakan, memberikan

dukungan dalam bentuk moral maupun materil serta motivasi bagi peneliti dalam penyusunan skripsi.

12. Kepada teman-teman dekat dan sahabat saya Ola, Iim, Wiwin, Nazla, Umi, Shifa, Rani, Respan yang selalu memotivasi saya, dan setia mendukung saya dalam kegiatan apapun.

13. Kepada teman satu payungan saya Ana Masita yang telah baik dan bekerjasama dalam melaksanakan penelitian ini.

14. Kepada teman-teman saya Khalid, Ricky, Iman, Saumi yang telah baik terhadap saya, memberikan nasehat dan semangat.

15. Teman seperjuangan di Program Studi Fisioterapi Angkatan 2016 yang selalu mendukung dan ikut memotivasi saya dalam penyusunan skripsi ini.

16. Kepada semua pihak yang terlibat dalam penelitian ini baik dalam tahap persiapan hingga penyelesaian skripsi.

Semoga dalam melakukan penelitian ini, baik penulis maupun pihak yang terlibat dapat memperoleh pembelajaran yang berharga dan mendapatkan balasan yang mulia dari Allah SWT. Demikian, penulis berhadap semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi penulis khususnya, dan bagi para pembaca. *Amin Ya Rabbal Alamin.*

Wassalamualaikum Wr. Wb

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	I
LEMBAR PERSETUJUAN.....	I
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PENYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	Iv
KATA PENGANTAR.....	V
ABSTRAK.....	Vi
ABSTRACT.....	Xii
DAFTAR ISI.....	Xii
DAFTAR BAGAN.....	Xiv
DAFTAR TABEL.....	Xv
DAFTAR GAMBAR.....	Xvi
DAFTAR DIAGRAM.....	Xvii
LAMPIRAN.....	Xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	2
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	9
A. KEHAMILAN.....	9
1. Definisi Kehamilan.....	10

2. Biomekanik Kehamilan.....	10
3. Anatomi Fisiologi.....	10
4. Menghitung Masa Kehamilan.....	14
B. <i>Low Back Pain</i>	15
1. Definisi Low Back Pain.....	15
2. Anatomi Tulang belakang.....	15
3. Low Back Pain Pada Kehamilan.....	18
4. Patologi Low Back pain pada kehamilan.....	19
5. Faktor risiko Low back pain.....	19
6. Klasifikasi low back pain.....	20
7. Tanda dan gejala low back pain pada wanita hamil....	21
C. Nyeri.....	22
1. Definisi Nyeri.....	22
2. Mekanisme Timbulnya Nyeri.....	24
3. Pengukuran Nyeri.....	24
4. Pemeriksaan Spesifik.....	24
5. Penatalaksanaan Fisioterapi dengan Low Back Pain pada Kehamilan.....	24
D. Konsep Prenatal Yoga.....	25
1. Definisi Yoga Hamil.....	25
2. Tujuan Latihan Yoga Hamil.....	25
3. Manfaat Latihan Yoga Hamil.....	25
4. Indikasi dan Kontraindikasi Yoga Hamil.....	26

	5. Prinsip Latihan Yoga Hamil.....	27
	6. Persiapan Latihan Yoga Hamil.....	27
	7. Gerakan Latihan Yoga Hamil.....	28
BAB III	KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESA.....	50
	A. Kerangka Konsep.....	50
	B. Hipotesis.....	51
BAB VI	METODE PENELITIAN.....	52
	A. Desain Penelitian.....	52
	B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	53
	C. Populasi dan Sampel.....	53
	D. Kerangka Penelitian.....	54
	E. Variabel Penelitian.....	55
	F. Definisi Operasional Variabel.....	55
	G. Etika Penelitian.....	56
	H. Instrumen Penelitian.....	56
	1. Pengukuran derajat nyeri punggung bawah.....	56
	2. Prosedur Pelaksanaan.....	56
	I. Metode Pengelolahan Data.....	57
	J. Analisa Data.....	58
	1. Analisa Univariat.....	59
	2. Analisa Bivariat.....	59
	3. Uji Normalitas.....	60
	4. Uji Wilcoxon.....	60

BAB V	HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	61
	A. Data Umum Karakteristik Responden.....	62
	1. Karakteristik responden berdasarkan usia kehamilan..	62
	2. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan.....	63
	3. Karakteristik responden berdasarkan gravida.....	64
	4. Karakteristik responden berdasarkan derajat <i>low back pain</i> dengan numeric rating scale (pretest).....	64
	5. Karakteristik responden berdasarkan derajat <i>low back pain</i> dengan numeric rating scale (posttest).....	65
	B. Uji Normalitas.....	66
	1. Uji normalitas.....	
	2. Uji pengaruh Prenatal Yoga Terhadap <i>Low Back Pain</i> pada Wanita Hamil di Nadya Prenatal Yoga Malang.....	67
BAB VI	PEMBAHASAN.....	68
	A. Interpretasi dan Hasil Penelitian.....	68
	1. Karakteristik Responden.....	70
	2. Hasil Analisa Data.....	71
	B. Keterbatasan Penelitian.....	72
	C. Implikasi Fisioterapi.....	72
BAB VII	KESIMPULAN DAN SARAN.....	73
	A. Kesimpulan.....	74
	B. Saran.....	74

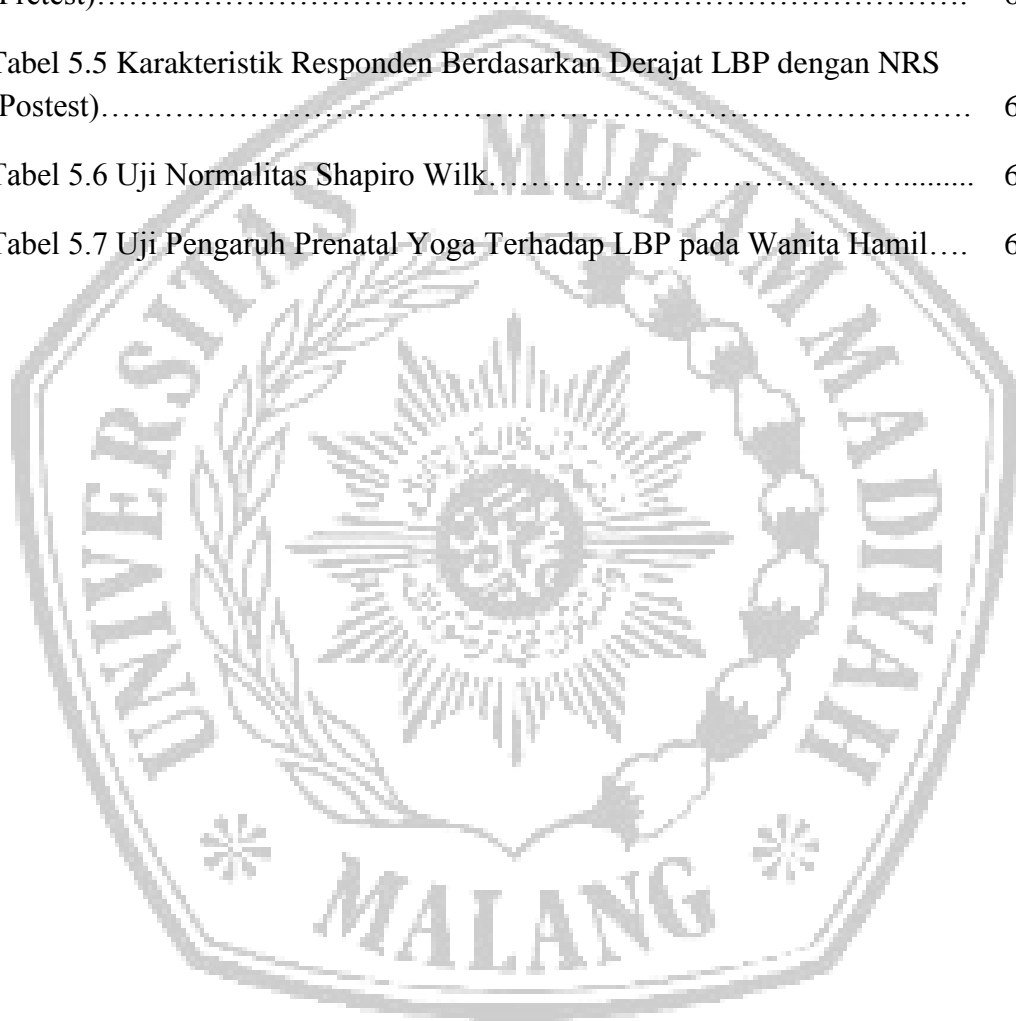
DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Konsep.....	55
Bagan 4.1 Desain Penelitian.....	57
Bagan 4.2 Kerangka Penelitian.....	60



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 2.2 Definisi Operasional.....	56
Tabel 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Derajat LBP Dengan NRS (Pretest).....	65
Tabel 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Derajat LBP dengan NRS (Posttest).....	66
Tabel 5.6 Uji Normalitas Shapiro Wilk.....	67
Tabel 5.7 Uji Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap LBP pada Wanita Hamil....	68



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Reproduksi dan Payudara.....	9
Gambar 2.2 Columna Vertebra.....	15
Gambar 2.3 Otot pada Gerakan Lumbal.....	16
Gambar 2.4 Perubahan postur wanita hamil.....	18
Gambar 2.5 Pengukuran Nyeri.....	24
Gambar 2.6 Pamayama Teknik I Pernafasan Diafragma.....	29
Gambar 2.7 Pamayama Teknik II Pernafasan Diafragma.....	30
Gambar 2.8 Latihan Pemanasan.....	31
Gambar 2.9 Latihan Postur Mudhasana.....	33
Gambar 2.10 Latihan Postur Bilikasana 1.....	34
Gambar 2.11 Latihan Postur Bilikasana 2.....	36
Gambar 2.12 Supta Baddha Konasana.....	37
Gambar 2.13 Virabhadrasana 1.....	39
Gambar 2.14 Virabhadrasana 2.....	40
Gambar 2.15 Prva Konasana.....	42
Gambar 2.16 Postur duduk menempel di lutut.....	43
Gambar 2.17 Latihan Postur Putaran Sufi.....	44
Gambar 2.18 Setu Bandha Sarvangasana.....	45
Gambar 2.19 Posisi istirahat miring ke kiri.....	47

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 5.2 Karakteristik Responden Usia Kehamilan Wanita Hamil.....	61
Diagram 5.3 Karakteristik Responden Pekerjaan Wanita Hamil.....	62
Diagram 5.4 Karakteristik Responden Gravida Wanita Hamil.....	63



DAFTAR PUSTAKA

- Amalia. (2014). *Tetap Sehat Dengan Yoga*. Jakarta :Gagas Media
- Andriana. (2014). *Melahirkan Tanpa Rasa Sakit*. Jakarta : PT. BhunaIlmuPopuler
- Astuti, Maya. (2011). *Buku Pintar Kehamilan*. Jakarta: EGC.
- Arnita. (2006). *Prinsip Ergonomik Kurangi Gangguan Kesehatan Kerja*. FARMACIA. Edisi Januari. Vol.5 No.6.
- Bambang, (2014). *Pengkajian Skala Nyeri Di Ruang Perawatan Intensive*. Pengkajian Skala Nyeri Literatur Review. Vol. 1 No.1, April 2014
- Brayshaw, E. *Senam hamil dan nifas Pedoman Praktik Bidan*. Jakarta : EGC : 2008
- Chang. (2006). *Low Back Pain Syndrome. Second Edition*. Philadelphia : FA Davis Company
- Cunnnningham, F. Gary. (2012). *Obstetri Williams*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC
- Davison SL, Bell RJ, LaChina M, Holden SL, Davis SR. (2008). *Sexual Function in wll women: stratification by sexual satisfaction, hormone use, and menopause status. The Journal of Sexual Medicine*. Vol. 5. No.5. 1214-1222..
- Dewi CR, Suharyo H, Runjati R. (2017). *Effect Of Yoga and Acupressure on Pain and Functional Capability Of Lower Back in Pregnant Mothers During The Third Trimester Of Pregnancy*. *Belitung Nursing Journal*. Vol. 3. No 6
- Fajar Ibnu, dkk. (2009). *Statistik Untuk Praktisi Kesehatan*. Edisi pertama. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Fauziah, S, dkk. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Kehamilan Vol.1*. Jakarta: Kencana Prenada Grup.
- Fitriani, L. (2018). *Efektivitas Senam Hamil dan Yoga Hamil Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Pekkabata*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Vol. 3. No.2. 87-95.
- Fraser, Diane M. (2009). *Buku Ajar Bidan Myles*. Jakarta : EGC
- Hakiki, I. (2015). *Efektifitas Terapi Air Hangat Terhadap Nyeri Tulang Belakang Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Pisangan*. *Skripsi*. PSIK UIN Syarif Hidayatullah. Jakarta.
- Hamilton, (2005). *Dasar-dasar Keperawatan Maternitas Edisi 6*. Jakarta : EGC.

- Inding, Ilmiati. (2016). *Pengaruh Senam Hamil terhadap Perubahan Derajat Nyeri Pada Ibu Hamil yang Menderita Nyeri Pinggang Bawah (NPB)*. Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Makassar.
- Innes, Wendi. (2014). *Physical Change During Pregnancy for First, Second, and Third Trimester*. U.S: Symptomfind.
- Jones, Derek Ilewelyn. (2009). *Panduan Terlengkap tentang Kesehatan*. Jakarta: Delaprastra.
- Johnson, Joyce Y. (2014). *Keperawatan Maternitas/Joyce Y. Johnson*; diterjemahkan oleh: Diana Kurnia S. Yogyakarta: Rapha Publishing
- Judha, Mohamad. (2012). *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta: Nuha Medika
- K Zhou,.Et. Al. (2013). *Intervention for Leg Cramps in Pregnancy*. *Cochrane Pregnancy and Childbirth Group*. Issue 7. No.: CD010655
- Kartikasari, Indah, Ratih dan Lichayati Ui, Isma. (2013). *Hubungan Senam Hamil Dengan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Polindes Desa Tlanak Kecamatan Kedungpring Kabupaten Lamongan*. *Jurnal Surya*. Vol. 01. No. XIV.
- Kemenkes RI. (2012). *Survei Kesehatan Dasar Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kumalasari, I. (2015). *Panduan Praktik Laboratorium dan klinik Perawatan Antenatal, Intranatal, Postnatal, Bayi Baru Lahir, dan Kontrasepsi*. Jakarta: Slemba Medika.
- Latief, A. (2016). *Fisioterapi Obstetri-Ginekologi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Limoa, (2015), *Cara Mengatasi Kram Kaki pada Ibu hamil*. Diambil dari :<http://www.program-hamil.com/2015/04/bagaimana-mengatasi-kram-kaki-saat-hamil.html>. Diakses pada 21 Februari 2018
- Mafikasari, A., & Kartikasari, R.I. (2015). *Posisi tidur dengan kejadianback pain (nyeri punggung) pada ibu hamil*. Program Studi DIII kebidanan STIKES Muhammadiyah Lamongan.
- Manuaba. (2009). *Memahami kesehatan reproduksi wanita* (2 ed). Jakarta : EGC
- Mardikanto. 2013. *Pemberdayaan Masyarakat Dalam Perspektif Kebijakan Publik*. Bandung :Alfabeta.
- Mariah, Ulfa. (2014). *Hubungan Diastasis Recti Abdominis Dengan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil*. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*. Volume 5. No.2. Desember 2014 : 60-66.
- Maryam, Siti. (2016). *Perbedaan Senam Hamil dan Yoga Hamil Terhadap Kecemasan Menghadapi Persalinan*. Tesis: Universitas Sebelas Maret Surakarta.

- Mediarti, D., Sulaiman, S., Rosnani, R., & Jawiah, J. (2014). *Pengaruh Yoga Antenatal Terhadap Pengurangan Keluhan Ibu Hamil Trimester III*. Jurnal Kedokteran dan kesehatan. Volume 1. No. 1. Oktober 2014 : 47-53.
- Megasari, Miratu. (2015). Hubungan Senam Hamil dengan Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III. Jurnal Kesehatan Komunitas. Volume 3. No. 1.
- Thahir, Muh. (2017). *Pengaruh kinesiotapping terhadap penurunan nyeri akibat low back pain pada ibu hamil trimester III di RSKDIA Pertiwi Makassar*. Jurusan Fisioterapi Politeknik Kesehatan Makassar.
- Tyastuti, Siti. Wahyuningsi, Henry. (2016). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Modul Kebidanan. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI
- Mediarti, D., Sulaiman, Rosnani, Jawiah. (2014). *Pengaruh Yoga Antenatal Terhadap Pengurangan Keluhan Ibu Hamil Trimester III*. Vol. 1. No. 1.
- Muliana, Sri. (2015). *Pengaruh Senam Hamil Terhadap Persalinan Normal di RSIA Stella Maris Medan*. Diakses Tanggal 12 Februari 2018.
- Muttaqin, Arief. (2013). *Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Persarafan*. Jakarta: EGC
- Notoatmojo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta. Jakarta.
- Nugroho. (2014). *Buku ajar ASKEB 1 Kehamilan*. Yogyakarta: NuhaMedika
- Nursalam. (2013). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian*. Jakarta: ECG
- Papalia, Diane. (2008). *Psikologi Perkembangan*. Edisi IX. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Pratignyo, Tia. (2014). *Yoga Ibu Hamil plus Postnatal Yoga*. Jakarta: Pustaka Bunda.
- Prabowo, P. (2011). *Ilmu Kandungan Edisi Ketiga*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Prawihardjo.
- Prawirohardjo, Sarwono. (2014). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka
- Purwati, (2015). *Pengaruh Senam Hamil Terhadap Penurunan Skala Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester II dan III* : PPNI Mojokerto
- Putra. (2016). *Cara Mudah Melahirkan*. Yogyakarta: Laksana
- Putrono, Wagiyo, Ns. (2016). *Asuhan Keperawatan Antenatal, Intranatal dan Bayi baru lahir fisiologis dan patologis*. Yogyakarta: CV. Andi
- Raylene, M.R. (2008); terj. D. Lyrawati, 2009. *Penilaian nyeri*. Cited. AHRQ Publication No. 02-E032. Rockville: Agency for Healthcare Research and Quality, July 2002.
- Rukiyah Ai Yeyeh dan Yulianti Lia. (2009). *Asuhan Kebidanan II Persalinan*. Jakarta: CV. Trans Media

- Rusmita, Eli. (2011). *Pengaruh Senam Hamil Yoga Terhadap Kesiapan Fisik dan Psikologis dalam Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil Trimester III di RSIA Limijati Bandung*. Thesis. Jakarta: Fakultas Ilmu Keperawatan Univesitas Indonesia
- Roar, Orlin., Jarle, Oen., Kjersti, H. (2014). *Leg Cramps In Pregnancy caused by chronic compartment syndrome and relieved by fasciotomy after Childbirth*. Clinical Case Report. hlm.103-107
- Romauli, Suryati. (2011). *Konsep Dasar Asuhan Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sabbour, A., & Omar, H. (2011). *The Effect of kinesiotaping Therapy Augmented with pelvic Tilting exercise on Low Back Pain in Primigravidas During the Third Trimester*. Volume 16. No. 1. 53
- Schroder, G., Kundt, G., Otte, M., Wendig, D., & Schober, H. C. (2016). Impact Of Pregnancy On Back Pain and Body Poatur in Women. *Journal Phys. Ther. Sci.* Vol. 28 No. 04
- Setiyawan. (2010). *Metodologi Penelitian Kebpidanan DIII, DIV, S1 dan S2*. Nuha Medika. Yogyakarta
- Sihotang, P.C, dkk. (2016). *Hubungan Pola Makan dan Kecukupan Istirahat Tidur dengan Kejadian Hipertensi pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Biromaru Vol 2, No 1*. Skripsi. Universitas Tadulako Palu.
- Sinclair. Costance. (2009). *Buku Saku Kebidanan*. Jakarta : EGC
- Sindhu, Pujiastuti. (2009). *Yoga Untuk Kehamilan Sehat, Bahagia dan Penuh Makna*. Bandung :Qanita
- Sindhu Pujiastuti. (2013). *Hidup Sehat dan Seimbang dengan Yoga*. Bandung :Qanita
- Smeltzer, S. C., Bare, B. G., (2001), “*Buku Ajar Keperawatan Medikal-Bedah Brunner \$ Suddarth*. Volume. 2. E/8”, EGC : Jakarta.
- Sudarta, I Wayan. 2013. *Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Suharti, S. (2015). *Persalinan Tanpa Nyeri*. Jakarta: Rineka Cipta
- Ulfa, Nurul Nisa. (2014). Efektivitas Paracetamol Untuk Nyeri Pasca Operasi Dinilai dari Visual Analogue Scale. *Jurnal Media Medika Muda*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Varney, Helen. (2006). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Vol.1*. Jakarta: EGC
- Wahyuni & Prabowo, Eko. (2012). Manfaaat kinesiotaing untuk mengurangi nyeri punggung bawah pada kehamilan trimester ke-3. *Jurnal Kesehatan*. Vol. 5. No. 2. 119-129.
- Wylie, Linda Bryce, H. (2010). *Manajamenen Kebidanan Gangguan Medis Kehamilan dan Persalian*. Jakarta : EGC

Yudiyanta NK, Novitasari RW, (2015). *Assessment Nyeri. Departemen Neurologi FK. UGM. Yogyakarta. CDK-266/vol. 42 no 3*

Yuliyani, 2015. *Pengaruh posisi lithotomic dan dorsal recumbent terhadap derajat robekan perineum pada ibu bersalin primi gravida. Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada.*



Hasil Deteksi Uji Plagiasi



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI D-3 & S-1 KEPERAWATAN • PROGRAM STUDI S-1 FARMASI •
PROGRAM STUDI S-1 FISIOTERAPI • PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS •
PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI APOTEKER • PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI
FISIOTERAPI

Kampus II : Jl. Bendungan Sutami 188-A Telp. 0341-552443 Hunting 0341-551149
Fax. 0341-582060 Malang 65145 E-mail : fikes@umm.ac.id Website : fikes.umm.ac.id

HASIL DETEKSI PLAGIASI

Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Biro Tugas Akhir Skripsi Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang, pada karya ilmiah mahasiswa di bawah ini :

Nama : Rozamala Ma'arij
NIM : 2016 10 490 311099
Program Studi : Fisioterapi
Judul Naskah : Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Low Back Pain Pada Wanita Hamil Di Nadya Prenatal Yoga Malang
Jenis Naskah : Skripsi
Keperluan : Mengikuti ujian seminar hasil skripsi
Hasilnya dinyatakan : memenuhi syarat

No	Jenis Naskah	Maksimum Kesamaan	Hasil Deteksi
1	Bab 1 (Pendahuluan)	10 %	10%
2	Bab 2 (Tinjauan Pustaka)	25 %	25%
3	Bab 3 & 4 (Kerangka konsep & metodologi)	35 %	35%
4	Bab 5 & 6 (Hasil & Pembahasan)	15 %	15%
5	Bab 7 (Kesimpulan & Saran)	5 %	5%

Keputusannya : Dapat melaksanakan seminar hasil skripsi

Malang, 3 Juli 2020
Biro Skripsi Prodi Fisioterapi FIKES UMM

Nurul Aini Rahmawati, S.Ft., M.Biomed
NIP UMM. 180321081995